

Manual de usuario

AD703

Instrucciones de seguridad

- El pedalier puede ser utilizado sentado en una silla o en un taburete para el ejercicio de piernas.
- Puede también ser colocado encima de la mesa para el ejercicio del brazo.
- Leer este manual de instrucción antes de usar.

Precaución

- No debe ser usado sin la previa consulta de un médico.
- No modificar ni permitir que ningún material o líquido se introduzca en la unidad, éstos pueden causar un mal funcionamiento, o incluso estropear la unidad.
- Si usted tiene dificultad para ha cer funcionar la unidad después de repasar esta guía, póngase en contacto con su distribuidor autorizado.
- El uso indebido del pedalier en acuerdo con las instrucciones de este manual invalidará su garantía.
- Supervisar durante el ejercicio o su ritmo cardíaco y pulso, recomendado por su médico.
- Cualquier persona que empieza un programa de ejercicios, deberá consultar a su médico, especialmente si tiene alrededor de 35 años de edad o sufre de corazón o problemas respiratorios.
- Calentar antes de cualquier ejercici o con 8 minutos de ejercicios de aeróbic.
- Usar la ropa cómoda que permite la libertad de movimiento
- Usar los zapatos cómodos y las plantas del pie antideslizantes.
- Después de una sesión del ejercicio, hacer ejercicios de estiramientos lentos o andar.
- Esta unidad no se debe utilizar cerca de los niños.
- Las personas discapacitadas o con minusvalías deben de tener una aprobación médica antes de usar la unidad.
- No poner las manos, los pies, o cualquier objeto cerca del pedalier. cuando lo esté usando otra persona.
- Hacer funcionar siempre esta unidad en una superficie plana.
- Empezar el ejercicio lentamente y aumentar gradualmente el regulador de resistencia/esfuerzo.
- Prestar atención en evitar que los dedos o manos sean pellizcados en las piezas móviles al usar la unidad.
- Utilizar el pedalier solamente cuando se esté sentado.

Montaje

Abrir las patas de soporte del pedalier hasta que escuche un sonido “clic” característico (uno por pata).



Apretar o aflojar el tornillo que regula la resistencia del ejercicio.
Como mas apretado esté, mayor será la dificultad del ejercicio. Al aflojar el tornillo disminuirá su dificultad.



Plegado

Para plegar el pedalier tan solo tiene que estirar de la anilla de cada pata de soporte y plegarla hacia dentro.



Limpieza

La unidad se puede limpiar con un paño húmedo.
Evitar que le caigan líquidos dentro de la unidad.

Consejos

Solamente su doctor puede prescribir un programa de ejercicios.
Un programa acertado consiste en un calentamiento, una tabla de ejercicios y un descenso del ejercicio pausadamente.

GARANTIA

La garantía se extiende por 2 años, según Ley 23/2003 de Garantías que hace referencia a todos los defectos de los materiales o de fabricación. Quedan excluidos de la garantía los desperfectos ocasionados por el desgaste natural o por uso indebido.

(Sello proveedor)



Importado por:
Ayudas Dinámicas
c/ Llobregat, 12 Polígono Industrial URVASA
08130 Santa Perpètua (Barcelona) ESPAÑA
tel. 935 74 74 74 fax. 935 74 74 75
info@ayudasdinamicas.com
www.ayudasdinamicas.com

